POLAR®
LISTENS TO YOUR BODY

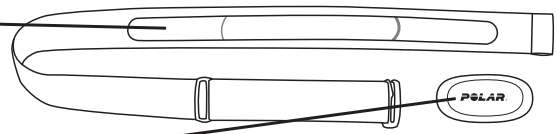
POLAR H6

User Manual
Gebrauchsanleitung
Manuel d'Utilisation
Manuale d'uso
Gebruiksaanwijzing
Manual del Usuario
Manual do utilizador
Brugervejledning
Käyttöohje
Brukerveiledning
Bruksanvisning
使用説明書
快捷使用指南
快捷使用指南

Model:X9

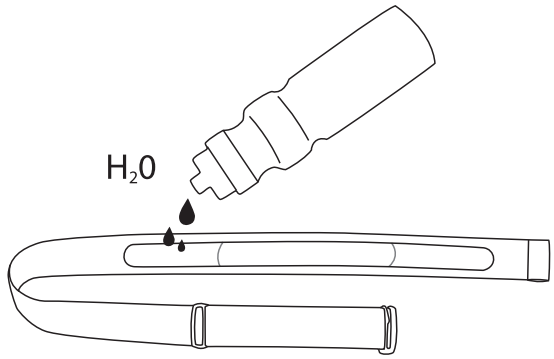
Bluetooth® SMART

A1

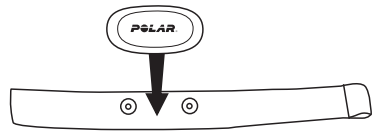


A2

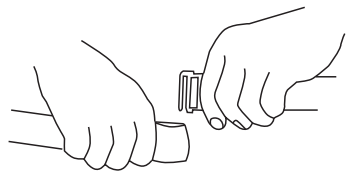
B1



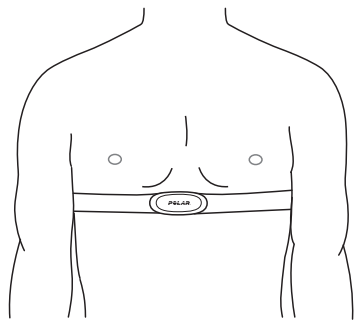
B2



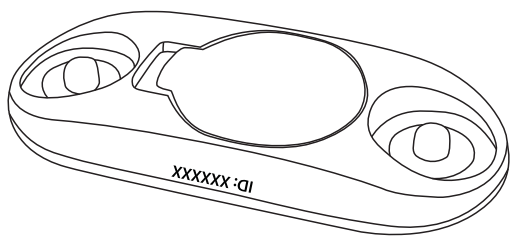
B3



B4



C



ID: .....

H6 HR Sensor

Este Manual de usuario contiene instrucciones para el H6 HR Sensor.

Puedes descargar la versión más reciente de este Manual de usuario en www.polar.fi/support.

Registra tu producto Polar en https://register.polar.fi/register_your_product/?language=es para que podamos seguir mejorando nuestros productos y servicios, y así adaptarnos mejor a tus necesidades.

Sigue las imágenes de la portada.

Componentes del sensor de frecuencia cardíaca

1. Las **zonas de electrodos** de plástico situadas en el reverso de la cinta detectan la frecuencia cardíaca. Imagen A1.
2. El **transmisor** envía la señal de frecuencia cardíaca al dispositivo receptor. Imagen A2.

El Polar H6 HR Sensor permite entrenar en grupo sin interferencias de otros sensores de frecuencia cardíaca.

Colocación del sensor de frecuencia cardíaca

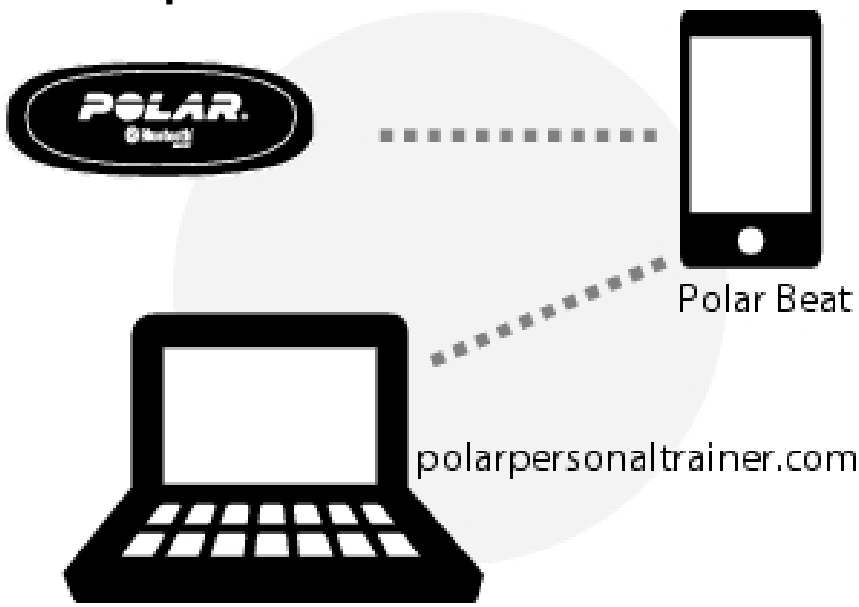
1. Humedece las zonas de electrodos de la cinta. Imagen B1.
2. Conecta el transmisor a la cinta elástica. Imagen B2.
3. Ajusta la cinta alrededor del pecho justo debajo de los músculos pectorales y fijar la hebilla al otro extremo de la cinta. Imagen B3.
4. Ajusta la longitud de la cinta para que quede ajustada pero cómoda.
5. Comprueba que las zonas de electrodos humedecidas queden bien apoyadas en la piel y que el logotipo Polar del transmisor esté en posición centrada y vertical. Imagen B4.

Retira el transmisor de la cinta y enjuaga la cinta con agua corriente después de cada uso. El sudor y la humedad mantienen húmedos los electrodos y el sensor de frecuencia cardíaca activado. Esta situación reduce la duración de la pila.

Puedes ver instrucciones detalladas de lavado en la sección Cuidados del sensor de frecuencia cardíaca o en polar.fi/support.

Escribe la ID de dispositivo impresa en tu sensor de frecuencia cardíaca en el espacio de la portada. Imagen C.

Primeros pasos



El Polar H6 HR Sensor es compatible con los dispositivos *Bluetooth*® Smart Ready que admiten la función de frecuencia cardíaca. Se requiere una aplicación separada para ver los datos de frecuencia cardíaca en el dispositivo receptor (por ejemplo, un smartphone). Se recomienda utilizar la aplicación Polar Beat, aunque también es posible utilizar otras aplicaciones. Si tienes una cuenta en polarpersonaltrainer.com, Polar Beat sincroniza automáticamente tus archivos de entrenamiento con esa cuenta. Recuerda que debes iniciar una sesión en tu cuenta de polarpersonaltrainer.com al iniciar Polar Beat para que se realice la sincronización automática.

Al utilizar el Polar H6 por primera vez, es necesario vincular el sensor de frecuencia cardíaca con el dispositivo receptor. Durante la vinculación, debes llevar colocado el sensor de frecuencia cardíaca. Para obtener más información acerca de la vinculación, consulta las instrucciones del fabricante de la aplicación móvil.

Para asegurar un alcance de transmisión suficiente entre tu sensor de frecuencia cardíaca Polar H6 y el dispositivo receptor, mantén el dispositivo receptor delante de ti. Por ejemplo, resulta adecuado ponerlo en un bolsillo frontal o sujeto a un cinturón. No lleves el dispositivo receptor detrás de ti (por ejemplo en un bolsillo trasero o una mochila).

Utilización del sensor de frecuencia cardíaca en el agua

El Polar H6 HR Sensor es resistente al agua, pero la tecnología inalámbrica *Bluetooth*® no funcionará en el agua.

Cuidados del sensor de frecuencia cardíaca

El sensor de frecuencia cardíaca es un instrumento de alta tecnología que debe manejarse con cuidado. Sigue las instrucciones de cuidados para asegurar una medición fiable y maximizar la vida útil del sensor de frecuencia cardíaca. Las siguientes instrucciones te ayudarán a cumplir los requisitos de la garantía.

Transmisor: Retira el transmisor de la cinta después de cada uso y sécalo con un paño suave. Limpia el transmisor con una solución de jabón suave y agua cada vez que sea necesario. No utilices nunca alcohol ni otros materiales abrasivos (p. ej., estropajos de acero o productos químicos de limpieza).

Cinta: Enjuaga la cinta con agua corriente después de cada uso y tiéndela para secarla. Limpia cuidadosamente la cinta con una solución de jabón suave y agua cada vez que sea necesario. No utilices jabones hidratantes, ya que pueden dejar residuos en la cinta. No sumerjas, planches ni limpies en seco la cinta ni uses lejía para limpiarla. No estires la cinta ni dobles en exceso las zonas de los electrodos.

Seca y guarda la cinta y el transmisor por separado, para maximizar la vida útil de la pila del sensor de frecuencia cardíaca. Mantén el sensor de frecuencia cardíaca en un lugar fresco y seco. Cuando el sensor de frecuencia cardíaca cuando aún esté húmedo, no se debe guardar dentro de materiales sin ventilación, como por ejemplo una bolsa de deporte, para evitar una oxidación repentina. No expongas el sensor de frecuencia cardíaca a la luz solar directa durante periodos prolongados.

Consulta la etiqueta de la cinta para comprobar si se puede lavar a máquina. ¡No introduzcas nunca la cinta ni el transmisor en una secadora!

Pilas

La carga de la pila de tu sensor de frecuencia cardíaca se muestra en el dispositivo receptor si este admite el servicio de nivel de pila por *Bluetooth*®.

El transmisor tiene una pila sustituible por el usuario. Para sustituir la pila, sigue las instrucciones que aparecen a continuación y observa las marcas del transmisor y las imágenes de la contraportada de este Manual de usuario.

1. Abre la tapa de la pila haciendo palanca con el clip de la cinta. Imagen D1.
2. Retira la pila usada de la tapa de la pila con un objeto alargado pequeño y rígido, por ejemplo un palillo. Es preferible utilizar un objeto no metálico. Ten cuidado de no dañar la tapa de la pila. Imagen D2.
3. Introduce una pila nueva (CR 2025) en la tapa con el lado negativo (-) hacia arriba. Imagen D3.
4. Alinea la parte saliente de la tapa de la pila con la ranura del transmisor y presiona la tapa para que quede en su sitio. Se debería escuchar un clic. Imagen D4.

Al sustituir la pila, asegúrate de que la junta de estanquidad no esté dañada. Si lo está, debes sustituirla por una nueva para asegurar la resistencia al agua del transmisor. Puedes encontrar tutoriales en vídeo acerca de cómo cambiar las pilas en la página www.polar.fi/en/polar_community/videos.

Puedes adquirir los kits de junta de estanquidad/pila en puntos de venta Polar bien surtidos y centros de servicio técnico Polar autorizados. En EE.UU. y Canadá, las juntas de estanquidad adicionales están disponibles en centros de servicio técnico Polar. En EE.UU., los kits de junta de estanquidad/pila también están disponibles en www.shoppolar.com. Visite www.polar.fi para localizar la tienda online shoppolar de tu país.

Mantén las pilas alejadas de los niños. En caso de ingestión, consulta a un médico inmediatamente. Las pilas deben eliminarse cumpliendo los reglamentos de cada país.

Cuidado: Riesgo de explosión si se sustituye la pila por una de un tipo incorrecto. Elimina las pilas de acuerdo con las instrucciones.

Servicio técnico

Durante los dos años del periodo de garantía, aconsejamos que todo el servicio técnico, excepto la sustitución de la pila, sea realizado por un punto de servicio técnico autorizado de Polar. La garantía no cubre los daños directos o resultantes causados por un servicio técnico no autorizado por Polar Electro. Para obtener información de contacto y todas las direcciones de los centros de servicio técnico Polar, visita www.polar.fi/support y las páginas web específicas de tu país.

Precauciones

Para obtener información sobre reacciones alérgicas, consulta los materiales enumerados en Especificaciones técnicas. Para evitar reacciones alérgicas, coloca el sensor de frecuencia cardíaca por encima de una camiseta, humedeciendo la zona bajo los electrodos.

El impacto de la combinación de humedad y abrasión intensa puede provocar que aparezca un color negro en la superficie del sensor de frecuencia cardíaca, que posiblemente manche las prendas de colores claros. Si aplicas perfume o repelente de insectos en la piel, debes asegurarte de que no entre en contacto con el sensor de frecuencia cardíaca.

Especificaciones técnicas

Tipo de pila	CR 2025
Junta de estanquidad de la pila	Junta tórica de silicona de 20,0 x 0,90
Duración de la pila	300 h
Temperatura de funcionamiento	-10 a +50 °C/ 14 a 122 °F
Material del transmisor	ABS
Material de la cinta	38% poliamida, 29% poliuretano, 20% elastano, 13% poliéster

Garantía limitada internacional de Polar

- Esta garantía no afecta a los derechos legales del consumidor en lo relativo a la legislación nacional o estatal aplicable y vigente ni a los derechos del consumidor frente al vendedor contraídos a partir del contrato de compraventa.
- Esta garantía internacional limitada de Polar es emitida por Polar Electro Inc. para los consumidores que han adquirido este producto en EE.UU. o Canadá. Esta garantía internacional limitada ha sido emitida por Polar Electro Oy para los consumidores que han adquirido este producto Polar en otros países.
- Esta garantía de Polar Electro Inc./Polar Electro Oy cubre al comprador/consumidor original de este producto de cualquier fallo o defecto de material y mano de obra durante dos (2) años a partir de la fecha de compra.
- **Conserva el recibo o la factura original como prueba de la compra.**

- Esta garantía no cubre la pila, el desgaste normal, daños debidos a un uso indebido, mal uso, accidentes o el incumplimiento de las precauciones; mantenimiento inadecuado, uso comercial, estuches/pantallas, banda para el brazo, cintas elásticas y ropa Polar rajados, rotos o con arañazos.
- Esta garantía no cubre ningún daño, pérdida, costes o gastos directos, indirectos o imprevistos, resultantes o especiales, que hayan surgido o estén relacionados con el producto.
- Los artículos adquiridos de segunda mano no están cubiertos por la garantía de dos (2) años, a no ser que la legislación local estipule lo contrario.
- Durante el periodo de garantía, el producto será reparado o sustituido en cualquiera de los puntos de servicio técnico autorizados por Polar, independientemente del país en el que se adquirió.

La garantía relativa a cualquier producto estará limitada a aquellos países en los que se vendió inicialmente el producto.

CE 0537

Este producto cumple con las Directivas 93/42/CEE y 1999/5/CE. La Declaración de conformidad correspondiente se puede encontrar en www.polar.fi/support.

Este icono de un contenedor tachado indica que los productos Polar son dispositivos electrónicos y se rigen por la Directiva 2002/96/CE del Parlamento Europeo y del Consejo sobre residuos de aparatos eléctricos y electrónicos (RAEE), y que las pilas y acumuladores

utilizados en dichos productos se rigen por la Directiva 2006/66/CE del Parlamento Europeo y del Consejo de 6 de septiembre de 2006 relativa a las pilas y acumuladores y a los residuos de pilas y acumuladores. Por tanto estos productos, sus pilas y acumuladores se deben desechar por separado en los países de la UE.

Para cumplimiento de la Cofetel: La operación de este equipo está sujeta a las siguientes dos condiciones: (1) es posible que este equipo o dispositivo no cause interferencia perjudicial y (2) este equipo o dispositivo debe aceptar cualquier interferencia, incluyendo la que pueda causar su operación no deseada.

Esta marca indica que el producto está protegido contra descargas eléctricas.

ID de diseño de Bluetooth: B020125

Copyright 2012 Polar Electro Oy, FI-90440 KEMPELE, Finlandia.

Polar Electro Oy es una compañía con certificación ISO 9001:2008.

Todos los derechos reservados. Queda prohibida la reproducción de este manual en forma alguna o por cualquier medio sin la autorización previa y por escrito de Polar Electro Oy.

Los nombres y logotipos con el símbolo ™ que aparecen en este Manual del usuario o en el paquete de este producto son marcas de Polar Electro Oy. Los nombres y logotipos con el símbolo ® que aparecen en este Manual del usuario o en el paquete de este producto son marcas registradas de Polar Electro Oy. La marca y los logotipos Bluetooth® son marcas registradas propiedad de Bluetooth SIG, Inc. y todo uso de ellas por parte de Polar Electro Oy se hace bajo licencia.

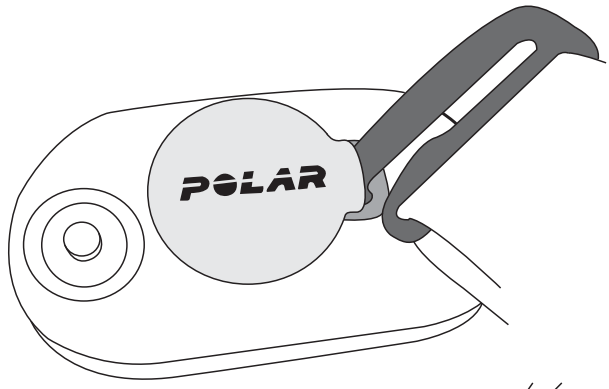
Limitación de responsabilidades

Polar Electro Inc./Polar Electro Oy rechaza cualquier responsabilidad relacionada con o derivada de productos o servicios de terceros que utilicen los datos generados por un producto Polar. Polar Electro Inc./Polar Electro Oy rechaza toda responsabilidad relacionada con o derivada del funcionamiento / mal funcionamiento de productos o servicios de terceros, su interoperabilidad con un producto Polar, la seguridad de un producto o servicio de terceros o cualesquiera otras responsabilidades relacionadas con o derivadas de un producto o servicio de terceros. Polar Electro Inc./Polar Electro Oy rechaza toda responsabilidad por los costes de transmisión de datos o cualesquiera otros costes en los que se incurra debido a o en relación con el uso de este producto Polar.

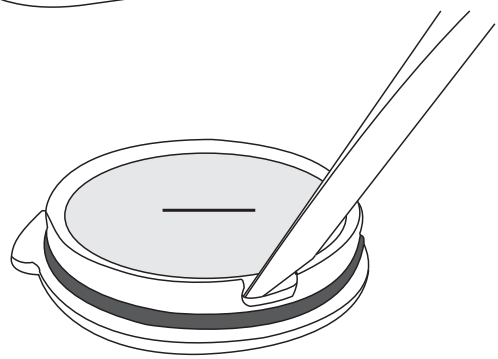
Este producto está protegido por los derechos de propiedad intelectual de Polar Electro Oy, definidos en los siguientes documentos: US6584344.

www.polar.fi

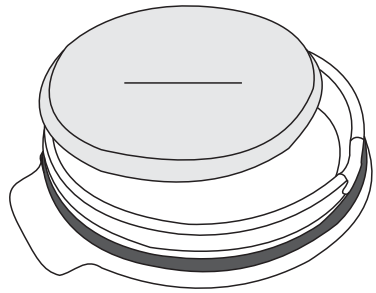
D1



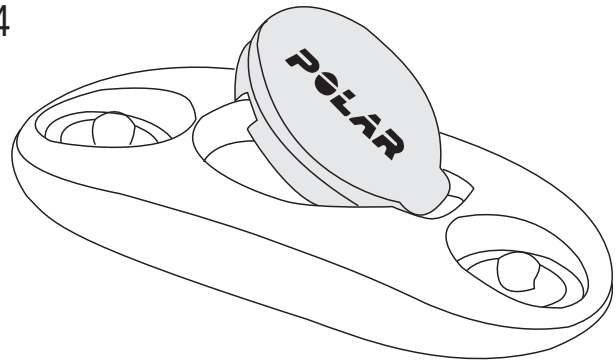
D2



D3



D4



Find product support

http://www.polar.com/en/support/H6_heart_rate_sensor

Manufactured by

Polar Electro Oy
Professorintie 5
FI-90440 KEMPELE
Tel +358 8 5202 100
Fax +358 8 5202 300
www.polar.com